

JADŁOSPIS 20.05.2024 r.

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-20 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z ryżem 300 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i cebuli 70 g ( <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Pierogi ruskie 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałatka z sałaty masłowej, ogórka, rzodkiewki i pomidora 100 g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny 300ml. 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 <b>Białko ogółem</b> [g] 96,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 50,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 23,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 346 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 38,2 <b>Sól</b> [g] 4,4	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> ) Zupa mleczna z ryżem 300 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z twarogiem 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałatka z sałaty masłowej i pomidora 100 g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny 300ml. 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 068 <b>Białko ogółem</b> [g] 90,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 56 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 305 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 69 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,6 <b>Sól</b> [g] 5,4	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i cebuli 70 g ( <b>MLE</b> )	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pierogi żytnie 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałatka z sałaty masłowej, ogórka, rzodkiewki i pomidora 100 g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny 300ml. 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 <b>Białko ogółem</b> [g] 88,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 50 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 22,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 348,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 45,3 <b>Sól</b> [g] 5,1	

## **Oznaczenia alergenów:**

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,
- MLEK b/Lak* - Mleko i pochodne bez laktozy,